

حذاري من الفطريات السامة

نصائح صحية لضمان الاستهلاك الآمن

بعد الجني

عدم حفظ الفطر في أكياس بلاستيكية لأنها تصبح غير صالحة للأكل
رمي الفطريات كاملة إذا وجد فطر واحد سام بينها
غسل اليدين جيدا
الاحتفاظ بالفطر في الثلاجة، طبخها جيدا وتناولها بكميات قليلة
في حالة ظهور علامات سريرية بعد تناول الفطر (رعشة، دوخة، اضطراب الرؤية، قيء، غثيان...)
اتصل بالمركز المغربي لمحاربة التسمم والليقطة الدوائية أو توجه لأقرب مستشفى

قبل الجني

عدم قطف الفطر قبل التعرف عليه جيدا
كل فطر تالف فهو غير صالح للأكل
الفطر الذي ينمو في أماكن ملوثة فهو حتما ملوث
من الضروري استشارة متخصص في الفطريات قبل استهلاكها

